

## Ju-Jutsu'ens historiske baggrund

Ju-Jutsu systemet bygger på teknikker fra den oprindelige japanske forsvarsmetode/krigskunst – Bu-Jutsu (Bushu = kriger og Jutsu = metode), som udøvedes i det feudale Japan.

I sidste halvdel af 1800-tallet overførte den japanske stormaster Jigoro Kano feudaltidens krigskunst til et selvforsvarssystem, der er baseret på princippet om at sætte eftergivenhed eller elasticitet over for hårdhed eller stivhed (Ju = Blød, mild, eftergiven). Heri ligger at forsvareren hele tiden er opmærksom på at vende og udnytte modstanderens kraft til sin egen fordel og som følge heraf at anvende et minimum af egen muskelkraft.

Kano videreudviklede sit selvforsvarssystem, og dette blev hurtigt populært i hele Japan. Og snart fulgte USA og Europa med.

## Europæisk Ju-Jutsu

Den form for Ju-Jutsu, der dyrkes i Danmark i dag, blev grundlagt i Tyskland i slutningen af 1960'erne efter man havde erfaret, at den rene selvforsvarsmetode havde mistet sin betydning. Det var kampsporter som: Judo, Aikido og Karate der vandt mere og mere indpas.

Man sammensatte da et selvforsvarssystem af de mest effektive og anvendelige teknikker fra Judo, Aikido og Karate. De nye kampsystemer som jo oprindeligt kom fra Kanos lære, var med dette nye Ju-Jutsu igen samlet i et system og dette var det moderne selvforsvarssystem: Ju-Jutsu.

## Ju-Jutsuen i Danmark

Ju-Jutsuen kom til Danmark i 1971. Og den kom hertil præcis af samme grund som i Tyskland: Systemet som vi havde i Danmark var stagneret - der skete intet inden for selvforsvar.

Tyskeren Peter Nehls, 7.dan Ju-Jutsu, må nævnes som en af de store inspiratorer og hjælpere med at få det nye system til at fungere her i landet. Men Eric Emonds og Svend F. Johansen begge 1.dan var de første der fik sort bælte i Ju-Jutsu her i Danmark. Og begge var de utrolig aktive i udbredelsen af Ju-Jutsu her i landet.

I samme moment blev Ju-Jutsu Sektionen grundlagt og det tyske pensum overført direkte til brug i Danmark. Det vil sige, at udover vi meget ofte havde besøg af tyske instruktører, blev der ved samme lejlighed afholdt gradueringer direkte efter tysk stil.

Men allerede i midten af 1970'erne var vi modne til at videreudvikle systemet. Der blev indlagt krav om en mere udførlig grundskole i Judo, Aikido og Karate. Dette højnede

standarden betydeligt og den tekniske Ju-Jutsu begyndte at tage form. Ju-Jutsu'kaen kunne nu deltage i træninger hos de andre stilarter uden at falde igennem. Dette åbnede en anden dør!

I 1979 trådte Peter Nehls tilbage som Landstræner da han mente, at vi nu var klar til selv at føre systemet videre. Det blev Henrik Sandberg (på det tidspunkt 3. dan) der overtog jobbet som landstræner og her kom også en anden stærk person ind i ledelsen af Ju-Jutsu sektionen, nemlig Frank Fürst, som også var en stor kapacitet og pionér der arbejdede helhjertet for vores sport.

Det betød, at vi fik mange kontakter til gode og dygtige instruktører i både Judo, Aikido og Karate.

I 1981 blev pensummet endnu en gang revideret og der kom endda også et grundskolepensum. Allerede i 1986 var der igen et nyt pensum på gaden, og her var der store ændringer. Det har jo altid været Sektionens mål at vores pensum er "up to date", så vi virkelig kan give vores medlemmer det mest moderne system som muligt. I 1990 var der et genoptryk med meget få ændringer, og så er vi fremme til i dag: År 2002!

## **Pensum år 2002**

Det pensum som er på gaden i dag er et super moderne Ju-Jutsu program. Sektionen har virkelig nået målet med et pensum for en all round kæmper!

Ju-Jutsu Sektionen tilbyder et pensum som dækker: Konkurrence, selvforsvar, sport, motion og det være sig for både børn, juniorer og voksne.

Ideen med pensummet er at man meget hurtigt kan forsvare sig selv. Der er blevet faste teknikker til gradueringen, dette gør at det er lettere at træne sig op til næste grad og at man samtidig får mere tid til at træne alle de andre aspekter i Ju-Jutsuen. Allerede fra starten bliver man trænet i alle aspekter inden for Ju-Jutsuen, og hermed bliver vejen til en all-round kæmper åbnet! Den "gamle" kihon = grundskole er væk og en ny ide er skabt!

I kombinations-kihon er man altid to & to, det vil sige at man ikke som i gamle dage er alene i karate kihon. I de tre grundskoler er man altid mod en angriber! Så vi har randori i Aikido, Judo og Karate.

Alt er sat op til at man udvikler sig til at kæmpe Ju-Jutsuen. Man bliver trænet i at forsvare sig på mere end et angreb og i en lidt friere stil.

Pensum 2002 er udkommet på Video og CD. Så nu er der rig mulighed for at lave lidt hjemmearbejde inden man går til træning.

Vores pensum er blevet til på baggrund af mange års træning og erfaring. Det er lavet af fremadstræbende Ju-Jutsu'kas som alle lever og kæmper for sporten!

## Ju-Jutsu i International regi

I 1981 blev Danmark medlem af JJIF, der er vores internationale forbund. Allerede fra starten af vores medlemskab var vi med i front. Frank Fürst på den administrative og Henrik Sandberg på den tekniske side. Frank Fürst er i dag generalsekretær og Henrik Sandberg som var stifter af Figthing systemet er i dag chef-dommer i JJIF.

Igennem alle år har Danmark været helt fremme i toppen når det gjaldt kampen om guld, sølv og bronze. En af grundene til dette har været Palle Lund Hansen. Han har som landsholdstræner skabt et suverænt godt landshold og fremdyrket mange gode kæmpere.

Palle har selv i mange år kæmpet, og vundet mange titler, så han har erfaringen og kampånden. Dette har gjort ham til det han er i dag.

Danmark og Sektionens største sejre i både Duo & Figthing var nok VM i 2000 i København og World Games i Akita år 2001. Her fik vi mange sejre og medaljer. Samtidig med at Danmark viste at vi kan dét med at arrangere stævner.

Ikke bare på kæmper-siden, men også vores dommere er helt i top. Vi har 3 World dommere som alle bliver brugt flittigt og alle ligger på top 10 listen over de bedste dommere. I 2001 var der en af vores danske dommere der blev valgt som nummer 2 i verden.

*Henrik Sandberg*